

報道関係各位

2025年9月2日

クラダシ、累計260万食提供のノウハウを活かし、新冷凍宅配弁当
ブランド「KITCHEN Chef & Doctor」を9月1日より提供開始
～共働き世代の健康的な食生活をサポートし、予防医療を目指す～

ソーシャルグッドマーケット「Kuradashi」を運営する株式会社クラダシ（本社：東京都品川区、代表取締役社長CEO：河村晃平、以下「クラダシ」）は、2024年6月に事業買収した「Dr. つるかめキッチン」で培った冷凍宅配弁当のノウハウを活かし、新たな冷凍宅配弁当ブランド「KITCHEN Chef & Doctor（以下、KITCHEN C&D）」を2025年9月1日より展開いたしました。本ブランドは「便利でおいしく健康的」を合言葉に、シェフによる「おいしさ」と専門医による「健康」を両立させた多彩なメニューをご提供します。ライフスタイルや健康状態に合わせた手軽な食事で、30～40代の方の予防医療に寄与し、皆さまの健やかな毎日をサポートいたします。

- ・「KITCHEN C&D」サイト：<https://chef-doctor.com/shop>



■新ブランド「KITCHEN C&D」展開の背景と目的

クラダシは、ミッションに「ソーシャルグッドカンパニーでありつづける」、ビジョンに「日本で最もフードロス削減する会社」を掲げ、持続的に社会課題の解決に取り組むビジネスを展開しています。

これまでに、「Dr. つるかめキッチン」サービスを通じて、主にシニア世代や病後の方を対象とした「減塩・低たんぱく・糖質制限」といった医療的食事管理をサポートする冷凍宅配弁当を提供し、累計約260万食（※1）をお届けしてまいりました。

【本件に関するお問い合わせ】

広報担当：齋藤 pr@kuradashi.jp

昨今、健康意識は全世代的に高まっており、CCC MK ホールディングスが2025年6月に実施した「2025年健康意識調査」(※2)によると、特に30～50代では76.4%が「健康に気を付けている」と回答しています。しかし、その一方で「お金がかかる」(42.8%)、「時間が無い」(30.1%)といった理由が、健康的な生活を送る上での障壁となっている実態も明らかになっています。また、40～50代は、がんの罹患率が急上昇し(※3)、心不全・虚血性心疾患のリスクも増加する(※4)、まさに健康の転換期ともいえる年代です。

そこでクラダシは、本格的な制限食が必要になる前に、日々の食事から無理なく「予防」を実践できる食生活をサポートしたいという想いから、新ブランド「KITCHEN C&D」を立ち上げました。

「Dr. つるかめキッチン」が担ってきた“病気になった後の食事支援”の領域で培った知見を活かし、「KITCHEN C&D」では“病気を防ぐための食事支援”へとサービスを拡張いたします。仕事や子育てに忙しい30～40代の方々へ、手軽でおいしく、健康的な食の選択肢を提供することで、Well-beingな社会の実現に貢献してまいります。

※1 2023年1月～2025年8月末までの累計販売数

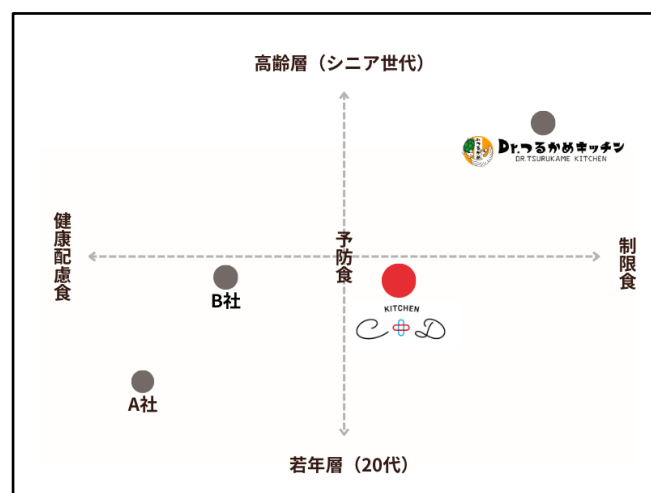
※2出典：CCCマーケティング総合研究所「ライフスタイルに関するアンケート調査」(2025年) https://www.ccbiz.jp/columns/research17?utm_source=chatgpt.com

※3出典：国立がん研究センターがん情報サービス「全国がん登録 罹患数・率」(2021年) <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/001476689.pdf>

※4出典：東洋経済online「40代、50代でも珍しくない「突然死」最大の原因」 <https://toyokeizai.net/articles/-/846205?page=2>

【冷凍宅配弁当市場におけるKITCHEN C&Dのポジショニング】

数多くの冷凍宅配弁当ブランドが存在する中で、「KITCHEN C&D」は、従来の「シニア・療養者向け」の「治療食」領域から、「30～40代の健康意識層向け」の「予防食」という新たな領域を開拓します。これにより、これまで市場がカバーしきれなかった健康意識は高いが時間が無い「ウェルネス・ジレンマ」を抱える層の潜在的なニーズに応えてまいります。



【本件に関するお問い合わせ】

広報担当：齋藤 pr@kuradashi.jp

■「KITCHEN C&D」とは

このたび、9月1日より「KITCHEN C&D」のサービスを展開いたしました。「KITCHEN C&D」は、「便利でおいしく健康的」をコンセプトに、専門医お墨付きのレシピにシェフの視点を取り入れた、栄養とおいしさを両立する冷凍宅配弁当です。健康を気遣いながらも、食事の楽しみは妥協したくない。そんな想いに応えるため、健康とおいしきの各専門家が手を取り合って生まれました。電子レンジで温めるだけの簡単さに加え、全コース1食842円のお手頃価格。さらに、糖質・塩分・たんぱく質など、ご自身の健康で気になるポイントに合わせて好みのメニューを選べるだけでなく、食数や配送頻度も選択できるため、ライフスタイルに合わせて無理なく続けられる仕組みになっています。

【商品概要】

- ・商品価格：5,897円～（税込・送料別）※
 - ・購入方法：KITCHEN C&D公式サイト（<https://chef-doctor.com/shop>）よりお申込み
 - ・商品種類：全16種類（順次新メニューを追加予定）
 - ・お届けコース：7食、14食、21食 から選択可能
 - ・お届けサイクル：1週間に1回、2週間に1回、3週間に1回、4週間に1回 から選択可能
- ※プランにより異なります。

▽メニュー

7食	14食	21食	おすすめメニューも自動追加▶
塩分が気になる方	糖質が気になる方	たんぱく質が気になる方	あと7食選んでください
ごちそうロコモコハンバーグ  エネルギー295kcal/たんぱく質11.8g/炭水化物22.5g/糖質20.9g/塩分17.0g/食物繊維1.6g/塩分和量2.2g 塩分控えめ 糖質控えめ カロリー控えめ	鶏肉のごろっとトマトソース  エネルギー245kcal/たんぱく質16.2g/炭水化物14.5g/糖質12.1g/塩分15.0g/食物繊維2.4g/塩分和量2.1g 塩分控えめ 糖質控えめ 1/2日分の糖質 糖質控えめ カロリー控えめ	やみつき照り焼きチキン  エネルギー238kcal/たんぱく質12.5g/炭水化物22.5g/糖質18.1g/塩分12.1g/食物繊維3.4g/塩分和量1.7g 塩分控えめ 1/2日分の糖質 糖質控えめ カロリー控えめ	香り引き立つ 豚の生焼焼き  エネルギー260kcal/たんぱく質18.3g/炭水化物21.1g/糖質11.7g/塩分12.4g/食物繊維3.4g/塩分和量1.6g 塩分控えめ 糖質控えめ 1/2日分の糖質 糖質控えめ カロリー控えめ
レモンパイを蒸る さっぱり蒸し鶏 	十種スパイスのキーマカレー 	甘辛だれの焼肉プレート（ブルゴギ風） 	やさしい味の 和風煮き鶏 

【本件に関するお問い合わせ】

広報担当：齋藤 pr@kuradashi.jp



香り引き立つ 豚の生姜焼き

塩分ひかえめ 高たんぱく 1/3日分の野菜
脂質ひかえめ カロリーひかえめ

香ばしい生姜の香りがご飯を誘う、元気めし。

すりおろし生姜の香りと甘辛だれが絶妙に絡む、しっかり味の豚の生姜焼き。白ごはんにぴったりで、疲れた日にも元気をくれるおかずです。

カロリー	260kcal
たんぱく質	18.3g
炭水化物（糖質）	21.1g ^(17.7g)
脂質	12.4g
食物繊維	3.4g
食塩相当量	1.6g

メニュー詳細

生姜焼き、キャベツ千切り、かぼちゃのそぼろあん、小松菜とえのきの煮置き

メニューに追加する

※1個あたりの栄養成分です。
※栄養成分値は原材料の仕入れ状況などにより変更になる場合がございます。

▽ご利用方法

How to use

お手軽なご利用方法

1. WEBでご注文
メニューを選んで注文



2. 冷凍でお届け
届いた商品を冷蔵庫へ



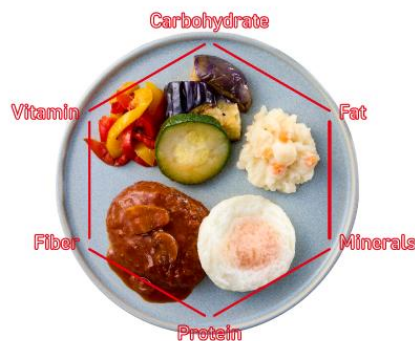
3. いつでも出来立て
食べたい時にレンジでチン



▽商品の特徴

1. おいしい&健康

シェフが考案したメニューをクラダシのブランド開発担当者が一品一品試食を重ね、おいしさを徹底的に追求しました。さらに、管理栄養士と医師の視点を反映させ、おいしさと健康にこだわっています。



医師の指導で考えられたメニュー

自分でメニューを選ぶ宅配食はどうしてもバランスが偏りがちです。C&Dではバランスの良い食事を摂っていただくために医師の視点からご指導いただいております。

【本件に関するお問い合わせ】

広報担当：齋藤 pr@kuradashi.jp

【医師のご紹介】

医師 鈴木邦彦

1964年 宮城県仙台出身

岩手医科大学医学部卒業

医師・医学博士・日本東洋医学会 認定漢方専門医・指導医



2. 安心&安全

徹底した衛生管理のもと、国内工場で製造。食材の鮮度を保つための温度管理はもちろん、盛り付け後は急速冷凍をかけることで、おいしさと安全性を閉じ込めています。全品、目視検査と重量確認を徹底しています。

3. 手軽&簡単

電子レンジで温めるだけですぐに本格的な食事をお楽しみいただけます。また、ご自身のペースに合わせて配送頻度を柔軟に調節できるため、「冷凍庫がお弁当でいっぱいになる」という心配もありません。

今後もクラダシは、「食」を通じて健康と社会課題の解決に挑みつづけ、ソーシャルグッドカンパニーとして持続可能な未来の実現に取り組んでまいります。

■楽しいお買い物で、みんなトクするソーシャルグッドマーケット「Kuradashi」とは

Kuradashiは、楽しいお買い物で、みんなトクするソーシャルグッドマーケットです。

フードロス削減を目指し、まだ食べられるにもかかわらず捨てられてしまう可能性のある食品などを、おトクに販売しています。

さらに、売り上げの一部を環境保護・災害支援などに取り組むさまざまな社会貢献団体への寄付やクラダシ基金として活用し、SDGs17の目標を横断して支援しています。

楽しくておトクなお買い物が、社会に良いことにつながる。そんな、全く新しいソーシャルグッドマーケットを創出しています。

URL : <https://www.kuradashi.jp/>

■株式会社クラダシについて

代表者氏名：河村晃平

設立：2014年7月

本社所在地：〒141-0021 東京都品川区上大崎3丁目2-1 目黒センタービル 5F

URL : <https://corp.kuradashi.jp/>

【サービス紹介】

- ・ ソーシャルグッドマーケット「Kuradashi」 : <https://www.kuradashi.jp/>
- ・ クラダシが自社で運営する「クラダシ基金」 : <https://www.kuradashi.jp/fund>
- ・ 冷凍宅配弁当「Dr. つるかめキッチン」 : <https://tsurukame-kitchen.com/>

【本件に関するお問い合わせ】

広報担当：齋藤 pr@kuradashi.jp

【店舗一覧】

- ・ Kuradashi店舗一覧 : <https://kuradashi.jp/pages/stores>

【クラダシのサステナビリティ】

- ・ サステナビリティサイト : <https://corp.kuradashi.jp/sustainability/>
- ・ サステナビリティレポート : <https://speakerdeck.com/kuradashi/sustainability-report>

t

【2025年6月末時点の主な累計実績】

- ・ フードロス削減量 : 29,627トン
- ・ 経済効果 : 1,44億1,471万円
- ・ CO2削減量 : 78,541t-CO2
- ・ 支援総額 : 168,849,985

「Kuradashi」、「ソーシャルグッドマーケット」、「1.5次流通」、「もったいないを価値へ」は株式会社クラダシの登録商標です。

【本件に関するお問い合わせ】

広報担当 : 齋藤 pr@kuradashi.jp